

《篮球基础与实战技巧》

图书基本信息

书名：《篮球基础与实战技巧》

13位ISBN编号：9787807056805

10位ISBN编号：7807056800

出版时间：2011-7

出版社：成都时代

作者：邓全

页数：121

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《篮球基础与实战技巧》

内容概要

《篮球基础与实战技巧(修订版)》内容包括三部分。技术篇——个人基础技术：投篮、传接球、运球、护球、个人防守技巧、抢篮板球技术；个人实战技巧：摆脱、突破，移动方法；花式篮球技巧。战术篇——基础配合战术：二打一战术，二打二战术；全队攻防战术：人盯人防守，区域联防，进攻人盯人防守，进攻防。知识篇——场地与球，竞赛规则，球员位置及职责，炫酷的篮球装备，NBA年度总冠军榜，NBA史上十大攻守兼备的球员，篮球专业术语，NBA历史最佳教练，激情四射的拉拉队与球迷，篮球的起源与发展……

《篮球基础与实战技巧》

作者简介

邓全，FIBA(国际篮球联合会)高级教练，国家一级篮球裁判员。专业体育学院篮球专业毕业，从事篮球教学10余年，教学经验丰富。

《篮球基础与实战技巧》

书籍目录

理论篇篮球——挥洒激情，放飞梦想 1.篮球的起源与发展 2.超级球星，星光熠熠 3.NBA历史最佳教练 4.激情四射的拉拉队与球迷 5.世界最著名的三大篮球赛事 最著名的超级联赛——NBA，奥运会篮球比赛，世界锦标赛必须认知的篮球知识 1.场地与球 2.篮球竞赛规则要点 3.球员位置及职责 4.炫酷的篮球装备技术篇个人基础技术 1.热身运动 2.投篮 3.传接球 4.运球 5.护球 6.个人防守技巧 7.抢篮板球技术个人实战技术 1.摆脱、突破 2.移动战术篇基础配合战术 1.二打一战术 2.二打二战术全队攻防战术 1.人盯人防守 2.区域联防 3.进攻人盯人防守 4.进攻区域联防顶级球队的科学练习课程 投篮练习 传球练习 接球练习 运球练习 护球练习 防守练习 抢篮板练习 摆脱、突破练习 移动练习附录 1.NBA年度总冠军榜 2.NBA历史上十大攻守兼备的球员 3.篮球专业术语 4.花式篮球欣赏 环腰绕圈 环头绕圈 “8”字形花式绕圈

《篮球基础与实战技巧》

编辑推荐

《篮球基础与实战技巧(修订版)》讲述快速入门轻松掌握，现代世界超级运动。金牌教练实用教程，专业指导，技术解析。必备技战术知识，实用篮球标准教程；500帧全彩精美图片，详尽展析技术细节；动作过程示意图标全程指引，细致入微的步骤讲解。

精彩短评

- 1、 篮球学习书籍
- 2、 写得挺详细 彩图的。。
- 3、 这本书儿子非常喜欢,包装也很好,很值!
- 4、 教你打篮球!!有视频哦
- 5、 不专业,狠普通的一本书,看了视频就没准备再看第二遍
- 6、 学习篮球的基本步法,易学易通!
- 7、 内容很棒,儿子很喜欢,下次会再来。
- 8、 碟放不出来啊,书还行
- 9、 超喜欢,慢慢研究学习一下!
- 10、 书不错。。但是里面的碟有点卡~~~
- 11、 我刚收到,看了一下,挺不错的,但令我郁闷的是没附上盘。希望以后卓越发货质量好点。
- 12、 老公要买的,很多图,他基础差觉得还挺有用的,我翻了翻觉得都好基本呀
- 13、 有一点脏兮兮的
- 14、 孩子喜欢篮球,书本纸张和印刷都很好,DVD也很好,相信对孩子会有帮助。
- 15、 图解详细,光盘的教程更加生动
- 16、 中国的教练技术不行,而且传授方法不是很好,建议买本外国教练的讲解,或者上网搜虎扑贝克加农的教学视频,总之外国的讲解和动作更规范和标准
- 17、 太好了 永远支持当当
- 18、 那个人收了25元
- 19、 图文并茂,还附光盘。实训技术全面。
- 20、 阿瑟认为去哎呀哈
- 21、 对初学者来说很实用的一本书
- 22、 喜欢篮球的中年朋友可以看看,呵呵。
- 23、 不够详细 人物不严肃 麻痹 搞笑的!
- 24、 里面的球队和球鞋有些过时。
- 25、 书是彩版的,质量不错,就是内容有点少,不过很适用于新手。书太薄。附送的DVD还行。
- 26、 不错,但是要很好的基本功
- 27、 这本书不错,配合着图解,写得很精彩。孩子非常喜欢。
- 28、 讲的基本没用
- 29、 非常喜欢。这是送给弟弟的,他也很高兴。
- 30、 还不错,值得信赖,发货也很快!!
- 31、 特别喜欢封面!科比
- 32、 这本书很好,当我们中学生的教科书绰绰有余
- 33、 都是很基本的东西,入门可以,要深入就不行了
- 34、 视屏网上查得到,内容就是视屏的文字解析
- 35、 宝贝已经收到,宝贝没有什么大问题,就是书本装订有些小问题,物流比较慢,其他的就没有了。总体还比较满意。
- 36、 篮球加学习两不误,很好的书,就是包装时希望注意点!
- 37、 这本书质量好,内容也好,很适合初学者学习。
- 38、 虽然很薄,但是内容比较丰富
- 39、 没有多少技战术的讲述,学学基础可以
- 40、 内容详实并且有DVD光盘详解,我买了几本篮球方面的书,这个是最好的。
- 41、 篮球基础与实战技巧(修订版)
- 42、 买来送人的,看着还行,我对这个不是很懂!!!
- 43、 高中毕业了
篮球几乎没碰过
现在练练

《篮球基础与实战技巧》

书和光盘都很好

- 44、足见我对篮球有多么的热爱了。
- 45、还没拿到，不知道怎么样！
- 46、纸张不错，内容浅显易懂~~
- 47、这书的内容一般般，不是怎么划算，这书要更新了。。。
- 48、彩页，有明星照片，但可读性一般
- 49、轻轻
- 50、是本好书，值得一读，对提高篮球技术有帮助。
- 51、内容很普通，只不过封面做得好而已
- 52、很喜欢，书的内容从投篮开始 很适合开始学打球的同学。
- 53、小孩很喜欢，帮助较大。
- 54、大家都来读纸质书！
- 55、书很好~可是光盘在DVD上放不出来~
- 56、好书，哈哈
- 57、还不错！里面学习了很多。

《篮球基础与实战技巧》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com